◆問い合わせ先
健康推進課　健康づくり班
☎52−9282

５月３１日は世界禁煙デー

たばこの煙から子どもたちを守ろう

毎年５月３１日は、世界保健機関（ＷＨＯ）が定める世界禁煙デーです。厚生労働省では、世界禁煙デーから始まる１週間を禁煙週間（５月３１日〜６月６日）と定めて、普及啓発を行っています。

たばこは何からできている？

たばこは、「たばこ」という植物の葉を乾燥させて刻んで、紙で包んだものです。

たばこの煙には３０００種類以上の化学物質が含まれています。その中には、ニコチンや一酸化炭素、発がん性物質など、体に有害な物質が２００種類以上も含まれていると言われています。

たばこを吸うとどうなるの？

たばこに含まれるたくさんの化学物質は身体にとって害となる可能性があります。

①多くの病気にかかるリスクが高まる

たばこを吸い続けると、がん・脳梗塞・心臓病・肺疾患・歯周病・消化器潰瘍など、さまざまな病気にかかる危険性が高まります。

②次の世代の命に関わる

男性の生殖機能障害、女性の不妊症・流産・早産など、子どもを授かりにくい体になる恐れがあります。また、低出生体重児や乳幼児突然死症候群（予兆も病気もなく、乳幼児が突然死亡する原因不明の病気）を起こす恐れがあります。

③美容の大敵

タールの沈着で歯の黄ばみや黒ずみが引き起こされ、歯周病による口臭が発生します。ビタミンＣ（抗酸化作用）の喪失により免疫力の低下や肌の新陳代謝が低下し、肌荒れ・しみ・しわ・そばかすなどができやすくなります。

望まない受動喫煙をなくそう！

自分はたばこを吸っていなくても、他人が吸っているたばこの煙を吸い込んでしまうことを受動喫煙といいます。受動喫煙によって、自分は吸わなくても、知らないうちに体へ大きな害を受けてしまうのです。たばこを吸い終わっても、衣服や息、家具などに残った煙（臭い）も受動喫煙の原因になると最近では言われています（三次喫煙）。

望まない受動喫煙を防止するため、施設等の類型ごとに喫煙を定めた『健康増進法の一部を改正する法律』が令和２年４月１日より全面施行されました。子どもなど20歳未満の方や患者等が主として利用する施設や屋外について、受動喫煙対策が一層徹底されました。学校・病院・児童福祉施設および行政機関の庁舎等の第一種施設については、原則敷地内禁煙となり、それ以外の飲食店やオフィス・事業所などの第二種施設については、原則屋内禁煙となりました。

©高知県
高知県たばこ対策啓発
キャラクター
スワンキー

禁煙治療に保険が使える医療機関があります

たばこに含まれるニコチンには強い依存性があり、脳に作用することで、たばこを吸わずにはいられない状態になります。禁煙できないのは、意思の弱さではありません。適切な医療と支援で治すことができます。保険適応による禁煙治療は、喫煙本数や喫煙年数など条件があり、診察時に医師が確認します。種類や内容は様々で、医師の適切なアドバイスを受けることができます。

市内の医療機関では、香北町の前田メディカルクリニック（TEL５７-３８１１）が実施しています。予約制となっておりますので、受診を希望される方は事前にお問い合わせください。

課名・電話番号・所在	名・部隊名	主な事務	役職	氏　　名
消防長				宮地義之
消防次長				公文徹朗
消防本部消防課			課長	楠目晃（兼）
土佐山田町百石町 ２丁目３番５１号 ☎53−4179	総務班	消防の人事・組織・予算・経理、 消防施設の建設・管理、職員の福利厚生	班長	榊正幸（兼係長） 藤本宏樹 山中一睦（兼）・小松祐介（兼） 千頭誉佳（兼）・門脇正岳（兼） 岡伸充（兼）・森田紘史（兼）
	予防班	消防（防火）対象物の検査・措置、危険物の製造所等の検査・許認可、火災調査	班長	石川拓男（兼係長） 槇尾力一・寺石誉章 井上信敬（兼）・黒瀬勇介（兼） 小原誠（兼）・山本達也（兼） 前田智（兼）・鍋島安明（兼）
	警防班	警防計画、機械器具の維持管理、通信、地理水利、消防団の庶務、消防職団員の訓練礼式、救急・救助等警防業務	班長 係長	楠目晃（兼） 平慎二 片木大介 横山淳一（兼）・山西晴丈（兼） 寺井隼太（兼）・岸本瑛司（兼） 和手久（兼）・合田周平（兼）
	消防本部付	（9月末まで消防学校）		古田大輝・乗松佑樹 前田旺紀・乾淳聖
消防署			署長	五百蔵哲雄
土佐山田町百石町 ２丁目３番５１号 ☎53−4176	第１消防隊	火災・救急・救助 車両・機械器具の点検整備 地理水利、通信の点検・調査 訓練の立案・実施 救急講習の実施	隊長 副隊長 係長 分隊長	山中一睦 都築豊和 岡林敬（兼分隊長） 井上信敬 横山淳一・黒瀬勇介 小松祐介・山西晴丈・冨本晴紀
	第２消防隊		隊長 副隊長 分隊長	千頭誉佳 新谷祐治 門脇正岳・北村司 小原誠・山本達也・寺井隼太 岸本瑛司・谷本歩夢・菅野浩
	第３消防隊		隊長 副隊長 分隊長	岡伸充 竹平健造 前田智・高橋健太 鍋島安明・森田紘史・和手久 合田周平・中屋偉富
消防署香北分署			分署長	野口正一
香北町根須４０番地７ ☎59−3200	第１分隊	火災・救急・救助 車両・機械器具の点検整備 地理水利、通信の点検・調査 訓練の立案・実施 救急講習の実施	隊長 副隊長	渡辺佐彦 沖野亮一 山中康寛・松岡大介・久保晋吾
	第２分隊		隊長 副隊長	森賢一 和田寛 光明修司・森澤雅浩・西雄斗
	第３分隊		隊長 副隊長	岡田匡史 松岡健太郎 金子堅太郎・岩下瑞洋 奥村隆斗

◆派遣・出向等

高知県林業振興・環境部 林業環境政策課	馬場智也
南国・香南・香美租税債権管理機構	大岸風雅
高知県後期高齢者医療広域連合	森本聡
高知県教育センター教職研修部	岡林利恵
高知県消防防災航空センター	吉村匠

１３ページからこのページまで取り外して、職員名簿としてご利用いただけます。